

ころばん体操出前講座活動報告(平成29年10月13日)

【講話】

- 1.「いつまでも自宅で暮らすために」 地域包括支援センター保健師 久保小百合
- 2.「がんばりすぎない介護を応援します」～退院支援について～
在宅医療・介護連携推進事業コーディネーター 南新敦子

参加者の声

平成29年9月13日(水) 島内公民館 13:30～15:30(参加者17名)

日本人の死亡率・・・? 「よく分からんあ」「そうかあ・・・みんないつかは、死ぬもんねえ・・・」
「出来るだけ長く自分の家で暮らして行きたいですね。」「そしてぴんぴんころりで亡くなりたい」
地域のかかりつけの先生にお願いしたい気持ちもあるが、専門的な治療を受けていると、やはり遠くの専門病院に行かないといけない。この先在宅医療が受けられるようになって行くのか心配です。
包括支援センターの事が少しわかりました。介護で困った時には相談したいと思いました。
自宅の風呂の事など考えると家族にかける介護の負担が心配です。
もう少し前に、このような話を聞きたかった。100歳を超える母親を最近亡くしたところでした。

(ころばん体操も正確な動作を意識して実施されていて、健康意識が高い集落だなと感じました。健康寿命を延ばしていく事が大切との話に強く肯いたり、在宅医療や訪問のサービスについてなど興味深く聞いて頂きました。)

平成29年10月2日(月) 高見町公民館 9:30～11:30(参加者19名)

- ・いつまでもこの高見町の自宅で暮らして行きたいと思っていますとほぼ全員の方が肯かれました。
- ・今は元気だから、自分のこの先のことは、あまり実感できないかも・・・
- ・20年間、要介護2の夫を自宅で看ましたが、デイケアやショートステイがあったので本当に助かりました。自分の時間も楽しみながら介護を続けて来られたと思います。皆さんもぜひ必要な時には利用した方が良いでしょう。
- ・かかりつけの先生から、デイケアやデイサービスを進められましたが、デイケアとデイサービスがどう違うのか、どんな所なのかよく分かりません。教えてほしいと思います。
- ・ポックリもいいけど少しは子供たちに看てもらって面倒をかけてから死んでもいいんじゃないかと思います。少しは世話をかける事も必要なことかもしれないですね

(講話終了と共に感想の意見や、質問をたくさん頂きました。会場全体で色んな思いなど聞かせて頂きました。活気にあふれる公民館という印象でした)



島内公民館



高見町公民館